



viva bien, trabaje bien

Consejos para la salud y el bienestar en el trabajo, el hogar y la vida, presentados por especialistas en prevención y en el cuidado de la salud en Bouchard Insurance.

## La salud del hombre: Cáncer de próstata

El cáncer de próstata es el tipo más común en los hombres estadounidenses, excluyendo los tipos de cáncer de piel sin melanoma.

**¿Qué es el cáncer de próstata?** El cáncer de próstata se desarrolla desde las células de la glándula de la próstata. La forma más común del cáncer de próstata, que se produce en casi el 99% de los casos, se denomina adenocarcinoma prostático. Muchos hombres también sufren una afección conocida como neoplasia interepitelial prostática, o PIN, que es un cambio en la apariencia de las células epiteliales de la próstata que se observa en el microscopio. La PIN debe ser supervisada anualmente porque puede ocasionar la aparición del cáncer de próstata. El cáncer de próstata crece relativamente despacio, pero posteriormente puede extenderse a otras partes del cuerpo.

### Conozca los factores de riesgo

Todos los hombres deben ser conocer los factores de riesgo de aparición del cáncer de próstata. Aunque no se conocen las causas exactas de la enfermedad, las investigaciones han descubierto varios factores que contribuyen a la probabilidad de que una persona contraiga cáncer de próstata.

- Edad: el riesgo aumenta rápidamente en un hombre luego de los 50 años de edad.

- Raza: los hombres afroamericanos son dos veces más propensos a contraer cáncer de próstata que los caucásicos.
- Genética: la posibilidad de un hombre de contraer la enfermedad se duplica si posee un pariente cercano con cáncer de próstata. El riesgo es aún mayor cuando existe más de un miembro de la familia que ha contraído la enfermedad, especialmente si la contrajo a una edad temprana.

### Síntomas y detección temprana

Como en la mayoría de las otras formas de cáncer, la detección temprana del cáncer de próstata es la clave para salvar vidas. Por lo general existen pocos síntomas en las primeras etapas del cáncer de próstata. Algunos posibles síntomas tempranos de la enfermedad son:

- Chorro de orina más lento y débil.
- Necesidad de orinar más a menudo.
- Cuando la enfermedad avanza, los síntomas pueden ser más frecuentes.

Los síntomas del cáncer de próstata avanzado incluyen:

- Sangre en la orina, hematuria.
- Impotencia.

- Dolor en la pelvis, la columna, las caderas o las costillas.

La Sociedad Estadounidense del Cáncer y la Asociación Urológica Estadounidense creen que la detección temprana puede salvar vidas. La tasa de supervivencia para los hombres cuyo cáncer no se ha expandido más allá de la próstata es de casi el 100%.

### Tasa de supervivencia

El 92% de los hombres con cáncer de próstata sobrevive al menos cinco años y un 67% sobrevive al menos 10 años. Las tasas de supervivencia dependen del tratamiento realizado y de si el cáncer se ha extendido o no. Si el cáncer se ha extendido más allá de la próstata, la tasa de supervivencia de cinco años es del 31%.



### ¿Lo sabía?...

Lo mejor para prevenir el cáncer de próstata, o cualquier tipo de cáncer, es comer bien, realizar ejercicio, controlarse el nivel de colesterol y dejar de fumar. Tenga en cuenta lo siguiente: la National Prostate Cancer Coalition (Coalición Nacional contra el Cáncer de Próstata) afirma que existen estudios que prueban que la nicotina interfiere con la quimioterapia.